

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kebahagiaan merupakan hal yang paling penting untuk setiap individu yang juga dapat meningkatkan produktivitas dan kinerja individu (King, & Diener, dalam Lopez & Snyder, 2009: 189). Kebahagiaan dapat memberikan efek yang positif kepada setiap individu. Individu yang bahagia memiliki ketenangan dalam hidupnya sehingga individu merasa bahwa dirinya berharga dimata individu sendiri maupun di orang lain. Hurlock (1997: 18) menyatakan bahwa, kebahagiaan timbul dari pemenuhan kebutuhan atau harapan yang menjadi sarana untuk mencapai kebahagiaan yang diinginkan. Kebahagiaan dapat terwujud apabila kebutuhan serta harapan yang diinginkan dapat diraih. Melalui pemenuhan di atas individu akan mendapatkan kepuasan sebagai tanda kebahagiaannya

Di Indonesia kebahagiaan dipandang sebagai hal yang paling penting. Berdasarkan hasil Survei Pengukuran Tingkat Kebahagiaan (SPTK) pada tahun 2017 Indeks Kebahagiaan Jawa Timur sebesar 70,77 pada skala 0 – 100. Angka tersebut, menunjukkan bahwa masyarakat Jawa Timur rata-rata kehidupannya meningkat menjadi bahagia. Data dari BPS (<http://kominfo.jatimprov.go.id/read/umum/indeks-kebahagiaan-jatim-capai-70-77>) indeks Kebahagiaan Jawa Timur tahun 2017 lebih tinggi dibanding tahun 2014. Pada tahun 2017 sebesar 69,98% sedangkan pada tahun 2014 sebesar 68,70%. Dengan demikian, telah terjadi peningkatan indeks sebesar 1,28 poin, sehingga indeks Kebahagiaan Jawa Timur tahun 2017 sebesar 70,77%. Besarnya indeks masing-masing dimensi penyusun

Indeks Kebahagiaan Jawa Timur, yaitu: Indeks dimensi kepuasan hidup sebesar 71,68%, dengan masing-masing subdimensi kepuasan hidup personal sebesar 66,63% dan subdimensi kepuasan hidup sosial sebesar 76,72%. Kemudian indeks dimensi perasaan (*Affect*) sebesar 68,79%, dan indeks dimensi makna hidup (*Eudaimonia*) sebesar 71,66%. Seluruh indeks diukur pada skala 0-100. Dari data di atas menjelaskan bahwa tingkat kebahagiaan yang dimiliki masyarakat masih mungkin dikembangkan lebih lanjut terkait dengan kebahagiaan yang dimiliki masyarakat Surabaya.

Diener (2004:23) menyatakan bahwa *happiness* atau kebahagiaan mempunyai makna yang sama dengan *subjective wellbeing* dimana *subjective wellbeing* terbagi atas dua komponen didalamnya. Kedua komponen tersebut, adalah komponen afektif dan komponen kognitif. Kebahagiaan adalah keadaan dimana seseorang lebih banyak merasakan peristiwa-peristiwa yang menyenangkan daripada yang sebenarnya terjadi dan mereka lebih banyak melupakan peristiwa buruk. Kebahagiaan bagi seseorang merupakan gambaran perasaan yang bersifat positif. Kebahagiaan sejati bagi individu yaitu mereka yang dapat mengeloh atau melatih apa yang telah dimiliki dan dapat menggunakannya di kehidupan sehari-hari, baik dalam pekerjaan maupun cinta (Seligman 2005:23). Menurut Diener (dalam Alan Carr, 2004: 11) aspek kebahagiaan terdiri dari yang pertama komponen kognitif yang berasal dari aspek diri sendiri, keluarga, teman sebaya, kesehatan, keuangan, pekerjaan, dan waktu luang. Kedua yaitu komponen afektif yang berupa afek positif dan afek negatif. Hal ini dapat mempengaruhi kebahagiaan yang dirasakan oleh setiap individu. Sonja Lyubomirsky (2007:22) juga berpendapat bahwa sumber kebahagiaan dibagi atas 3 yaitu faktor genetik 50%, dari individu 40% dan dari faktor lingkungan 10%.

Dalam budaya Barat kebahagiaan ditandai dengan ekstrasersi, stabilitas, hati nurani, kesesuaian, optimisme dan harga diri (Diener Suh, Lucas, & Smith ; Steel, Schmidt & Shultz, 2008). Uchida, dkk.(2004:19) dalam penelitiannya mengenai konstruksi kultural kebahagiaan, menemukan bahwa terdapat perbedaan makna kebahagiaan dikonteks budaya Barat (individualistik) dan Timur (kolektivistik). Secara spesifik dikonteks budaya Barat/Amerika Utara, kebahagiaan memiliki kecenderungan definisi terkait dengan pencapaian prestasi pribadi (*personal achievement*). Pada konteks budaya ini individu bertindak karena termotivasi untuk memaksimalkan pengalaman afek positif. *Self-esteem* merupakan prediksi terbaik bagi kebahagiaan. Hal ini berkebalikan dengan konteks budaya Asia Timur, dimana kebahagiaan memiliki kecenderungan definisi terkait dengan pencapaian hubungan interpersonal. Pada konteks budaya ini individu bertindak karena termotivasi untuk mempertahankan keseimbangan antara afek positif dan negatif. Cara terbaik untuk memprediksi kebahagiaan dikonteks ini adalah dengan melihat kelekatan diri atau individu dalam hubungan sosial.

Seligman (2002: 185), menjelaskan bahwa salah satu hal yang mempengaruhi kebahagiaan adalah kedekatan yang harus dimiliki oleh individu, salah satu diantaranya adalah dengan pasangan hidup atau kekasih. Kebahagiaan yang dimiliki oleh individu juga dipengaruhi oleh kedekatan individu dengan individu lain, khususnya pada pasangan hidup atau kekasih dan disebut sebagai bagian dari cinta. Cinta sangat penting untuk kondisi manusia. Baumeister dan Leary (dalam Lopez dan Snyder 2009: 452) berargumen bahwa manusia adalah spesies kelompok yang memiliki kebutuhan untuk memiliki dan dimiliki oleh sesamanya. Konsisten dengan thesis ini Myer dan Diener (dalam Lopez dan Snyder, 2009: 452)

dalam mendiskusikan kebahagiaan menyatakan bahwa laki-laki dan perempuan yang mengalami pernikahan lebih bahagia dibandingkan orang yang tidak pernah menikah, mengalami perceraian, ataupun tinggal terpisah.

Pernikahan adalah bergabungnya seluruh sistem keluarga dari kedua belah pihak dan pengembangan sistem keluarga yang baru (Santrock, 2009: 419). Keluarga yang utuh terdiri dari ayah, ibu dan anak yang memiliki tujuan hidup masing-masing. Seperti yang dijelaskan oleh Bruges dan Liok (dalam Elida Prayitno, 2011:3), keluarga merupakan sekumpulan orang yang terdiri dari orangtua dan anak, yang memiliki tujuan untuk hidup bahagia dengan cara berbagi kasih sayang, perhatian, kebahagiaan dan kesedihan. Keluarga memiliki peran yang paling penting dalam membangun kesejahteraan, kebahagiaan, pengasuhan dan pendidikan dasar kepada anggota keluarga (Fahrudin, 2005). Dalam budaya masyarakat sekarang tanggung jawab atas anak baik pengasuhan, perawatan, penjagaan termasuk bagian dari keluarga seseorang (Nock, 1992). Berdasarkan beberapa situasi yang sulit yang dialami dalam rumah tangga, tidak semua orang memiliki keluarga yang utuh.

Berdasarkan data dari <https://radarsurabaya.jawapos.com/read/2019/02/02/117456/selama-2018-surabaya-punya-5235-janda-baru> yang berisi data dari Pengadilan Agama (PA) Klas 1A Surabaya, ada 4.872 kasus perceraian tahun 2017. Sementara di tahun 2018, jumlah itu meningkat menjadi 5.235. Data tersebut menandakan bahwa adanya peningkatan kasus yang membuat seseorang menjadi *single parent*.

Berdasarkan wawancara yang peneliti lakukan kepada seorang ibu yang merupakan *single mother* dikarenakan suaminya meninggal, informan mengatakan bahwa selama menjalani statusnya yang seperti ini, informan

merasa kurang bahagia dikarenakan mengalami kecemasan akan masa depan anaknya yang sekarang tinggal dengannya. Hal tersebut menandakan bahwa ibu tersebut belum mampu menentukan jalan hidupnya dan membuat ibu tersebut mengalami kecemasan akan masa depan yang akan dijalaninya. Wawancara yang lain dilakukan peneliti kepada seorang ibu yang merupakan orangtua tunggal dikarenakan hamil diluar nikah. Ibu itu mengatakan bahwa kurang bahagia dengan kondisi yang dialaminya sekarang yang membuatnya dianggap sebelah mata oleh orang disekitarnya. Hal ini membuat ibu merasa diasingkan dan dicap orang disekitarnya sebagai orang yang tidak baik yang menimbulkan kegelisaan tersendiri baginya. Kegagalan yang dialami oleh orangtua tunggal dalam kesehariannya dapat menimbulkan emosi negatif yang dapat mengganggu kehidupannya. Selain itu juga dapat menimbulkan rasa rendah diri dan mengucilkan diri dari lingkungan sosialnya.

Kebahagiaan dapat membantu individu dalam mengelola kemampuan yang dimiliki dan berinteraksi dengan lingkungan sosialnya. Kebahagiaan dapat membantu individu dalam mencapai tujuan hidupnya dan dapat membuat individu memiliki kepribadian yang sehat yang dapat mendukung pemenuhan tugas perkembangan seseorang. Akan tetapi, pada kenyataannya masih terdapat *single mother* yang kurang bahagia yang dibuktikan dari masalah yang dialami oleh *single mother*. Orangtua sebagai individu yang sudah dewasa diharapkan dapat mampu menentukan pilihannya dan mampu bertanggung jawab dengan pilihan yang telah ditentukannya. Namun pada kenyataannya, terdapat masalah yang dapat mempengaruhi kebahagiaan yang dirasakan oleh *single mother*. Kebahagiaan membantu individu untuk membentuk kepribadian yang sehat serta kehidupan sosial yang baik.

Menjadi tulang punggung sekaligus mengurus anak dan keluarga tidaklah mudah untuk dihadapi seorang diri oleh *single mother*. Pada kenyataannya masih banyak *single mother* diluar sana yang tetap bertahan walaupun tidak memiliki pasangan hidup yang membantunya mengurus keluarga. Seperti penelitian yang dilakukan Sano dan Mailany dengan cara observasi yang dilakukan di Sijunjung pada bulan Februari 2011. Fenomena yang tampak yaitu adanya *single mother* yang disebabkan oleh perceraian dan kematian pasangannya. Permasalahan yang muncul adalah persoalan ekonomi dimana kebutuhan keluarga biasanya ditanggung bersama tetapi sekarang harus dicukupi seorang diri. Pada penelitian tersebut, peneliti melakukan wawancara pada tiga orang *single mother*, dan ditemukan bahwa para informan pada saat itu harus menghadapi masalah ekonomi namun mereka tetap berusaha dan bertahan demi kelangsungan hidup dan pendidikan anak-anaknya kelak.

Wawancara lainnya dilakukan peneliti kepada subjek berinisial S (32 tahun) yang mengatakan :

“Setelah bercerai pastinya ada rasa malu, minder dan terpuruk tetapi semua itu tidak menjadi alasan untuk saya tidak bahagia. Saya harus bangkit demi anak saya, anak saya harus bahagia dan harus hidup seperti anak yang memiliki orang tua yang lengkap. Selama saya menjadi single mother saya menjadi orang yang mandiri dan tidak tergantung dengan orang lain. Yang ada dipikiran saya hanya saya harus bahagia dengan anak dan keluarga saya”

Kegagalan pernikahan atau perceraian akan melahirkan banyak masalah, baik dalam aspek psikis, ekonomi, sosial, masyarakat, dan sebagainya. Bahkan sebagian orang menjadi terpuruk dalam kesedihan. Hal ini sesuai dengan beberapa hasil penelitian yang menyatakan bahwa pada dasarnya *single mother* memiliki kebahagiaan yang lebih rendah daripada

sosok wanita yang memiliki pasangan atau menikah (Herbst, 2013). Hal ini didukung dari wawancara kepada single mother inisial K (22 tahun) yang berpendapat :

“Yang saya alami selama menjadi single mother lumayan berat mbak, dikarenakan saya yang dari awal tidak bekerja, hubungan dengan keluarga tidak harmonis dikarenakan dulunya saya nikah tanpa restu orang tua. Masalah-masalah silih berganti datang menghampiri dan disaat saya punya anak, suami saya malah memilih wanita lain dan meninggalkan saya. Saya masih sering terbayang dengan masalah itu yang membuat saya sering kali melampiaskannya ke anak saya.”

Akan tetapi, Herbst (2013) dari hasil penelitian mengatakan bahwa dalam diri *single mother* tampak adanya kepuasan hidup yang lebih tinggi, rendahnya penyesalan terhadap masa lalu, dan optimisme yang lebih besar tentang masa depan daripada wanita yang bersuami. Hal tersebut didukung oleh wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada seorang ibu yang menjadi *single mother* 3 tahun belakangan ini. Dalam wawancara tersebut informan berpendapat:

“Menjadi single mother buat saya tidak menjadi masalah yang sangat besar bahkan membuat saya terpuruk. Dari masalah yang saya alami dapat saya jadikan pembelajaran untuk lebih baik kedepannya. Disini saya tidak sendiri saya memiliki keluarga, sahabat dan saya dikelilingi oleh orang yang menyayangi saya, jadi lebih baik untuk tidak mengingat hal yang menyakitkan tetapi harus terus maju mencapai kebahagiaan.”

Penelitian yang dilakukan Zahrotul Layliyah (2013) memberikan gambaran bahwa *single mother* adalah seorang wanita yang kuat dan pantang menyerah. Semua pekerjaan rumah lakukan dengan sendiri, mulai dari mencari nafkah, membersihkan rumah, membesarkan dan merawat anak. Semua pekerjaan tersebut tidak dapat dilakukan bila ibu tersebut

termasuk dalam ibu yang manja atau tidak mandiri dan sebelumnya selalu bergantung pada suami dan orang lain (Lailiyah, 2013).

Menjadi *single mother* tentu memiliki kesulitan tersendiri, dimana informan beserta anak-anaknya harus bisa memenuhi kebutuhan hidup yang semakin hari semakin meningkat dan mereka harus bisa melewati itu semua tanpa adanya seorang kepala keluarga lagi. Sebagai *single mother* ada konflik yang bisa terjadi dikarenakan pekerjaan sebagai *single mother* tidak hanya akan memberikan pengasuhan dalam kehidupan rumah tangganya tetap juga memberikan nafkah bagi keluarganya. Perubahan yang dialami oleh *single mother* yang awalnya menjadi ibu dan istri sekarang harus berubah menjadi pencari nafkah dalam keluarga mengganti peran suaminya. Hal tersebut tidak menyurutkan semangat dari para informan yang berperan, sebagai *single mother* untuk melanjutkan hidupnya dan memperbaiki kehidupannya kedepan dengan membangun keluarga yang bahagia.

Single mother berperan penting dalam keluarga, dimana informan akan melakukan tugas gantinya sebagai kepala keluarga yang memiliki kewajiban untuk memenuhi kebutuhannya serta kebutuhan anak-anaknya. Informan juga harus berperan sebagai seorang ibu yang mendidik anak-anaknya sekaligus juga melakukan pekerjaan rumah tangga. *Single mother* memiliki tanggung jawab yang sangat besar, selain wajib menyekolahkan anak-anaknya, memenuhi kebutuhannya ia juga sangat bertanggung jawab dalam menanamkan perilaku anak menjadi lebih baik juga etika-etika yang harus dimiliki oleh anak-anaknya.

Menurut Hurlock (1999: 248) dalam masa dewasa banyak masalah baru yang harus dihadapi seseorang. Masalah-masalah yang harus dihadapi orang bisa saja rumit dan memerlukan waktu dan energi untuk diatasi, maka berbagai penyesuaian diri ini tidak akan dilakukan pada waktu yang

bersamaan. Demikian pula halnya bagi pasangan baru, misalnya jika pada tahun pertama perkawinan para informan juga harus mengupayakan berbagai penyesuaian diri sebagai orangtua muda, maka berbagai masalah yang disebabkan peran-peran baru ini ternyata begitu sulit, sehingga mereka tidak berhasil melakukan penyesuaian diri yang memuaskan Hurlock (1998). Masa dewasa awal merupakan periode penyesuaian diri terhadap pola-pola kehidupan baru dan harapan-harapan sosial baru. Orang dewasa diharapkan dapat memainkan peran baru yang dihadapinya seperti peran suami istri, orangtua, dan pencari nafkah, dan mengembangkan sikap-sikap baru, keinginan-keinginan dan nilai-nilai baru sesuai dengan tugas-tugas baru ini (Hurlock, 1980: 246). Batasan masa dewasa awal dimulai pada umur 18 tahun sampai kira-kira umur 40 tahun.

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat dikatakan bahwa kebahagiaan sangat penting untuk diperhatikan terutama bagi para *single mother*. Hal ini dikarenakan terdapatnya beberapa faktor yang mempengaruhi kebahagiaan para informan seperti kehilangan pasangan, serta para informan harus bekerja demi mendapatkan penghasilan untuk memenuhi kebutuhan anak dan keluarganya. Dengan demikian peneliti ingin melihat gambaran kebahagiaan pada *single mother* yang ada di Surabaya.

1.2 Batasan Masalah

Penelitian ini ingin mengetahui gambaran kebahagiaan pada *single mother* di Surabaya. Pemilihan subjek adalah *single mother* yang bertempat tinggal di Surabaya.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif deskriptif, yakni penelitian yang memiliki fungsi untuk memberikan gambaran terhadap

suatu objek yang diteliti melalui data sampel atau populasi sebagaimana adanya tanpa melakukan suatu analisis dan membuat kesimpulan yang berlaku secara umum (Sugiyono,2014).

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, permasalahan dalam penelitian ini adalah bagaimana gambaran kebahagiaan pada *single mother* di Surabaya.

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat bagaimana gambaran kebahagiaan pada *single mother* di Surabaya.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi kepada ilmu Psikologi, khususnya dalam bidang Psikologi Perkembangan dan Psikologi Positif dalam kajian mengenai gambaran kebahagiaan pada *single mother* di Surabaya.

1.5.2 Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memotivasi subjek untuk meraih kebahagiaan secara seutuhnya dan mampu memiliki hubungan yang baik dengan lingkungannya.

a. Bagi subjek penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memotivasi subjek untuk meraih kebahagiaan secara seutuhnya.

b. Bagi masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan untuk lebih memahami kondisi orang lain dan memahami dampak positif dan negatif yang dapat dirasakan oleh *single mother*.